

Zvykáme si aneb adaptace u nás

Začátek docházky do dětské skupiny je pro děti i jejich rodiče velkou změnou v dosavadním životě. Dítě vstupuje do nového prostředí, mezi neznámé děti a dospělé, setkává se s jiným režimem a novými pravidly. Vše nové potřebuje postupně poznat a se všemi změnami se vyrovnat. Následující informace vycházejí z našich zkušeností, jsme si však plně vědomi, že každé dítě je jiné a potřebuje odlišný přístup. Ke každému z dětí přistupujeme individuálně a snažíme se mu vstup do nového prostředí co nejvíce ulehčit.

Den na zkoušku

Den na zkoušku umožňuje rodičům i dětem prozkoumat, jak to u nás funguje. Po domluvě, se k nám můžete ráno připojit, poznat naše ranní rituály, užít si s námi dopolední výpravu do lesa. Rodiče mají možnost vidět, jak naše dětská skupina funguje v praxi a zeptat se průvodců na vše, co je zajímavé. Děti si mohou vyzkoušet pobyt v novém prostředí a seznámit se s dětmi, které dětskou skupinu navštěvují.

Proces adaptace

Na seznámení se s novým prostředím potřebuje dítě čas. První dny či týdny se většinou nesou ve znamení pozorování toho, jak to u nás chodí, prozkoumávání nového prostředí, seznamování se s dětmi a s průvodci. Každé dítě potřebuje k adaptaci jiný přístup a jiné množství času, proto se vždy s rodiči domlouváme na individuálním adaptačním plánu podle potřeb dítěte. Snažíme se, aby příchod do prostředí byl pro dítě co nejjednodušší a příjemný. Abychom dětem toto období co nejvíce usnadnily, nabízíme Vám obecná doporučení, která mohou přispět ke klidnější adaptaci dítěte.

Obecná doporučení

Mluvte s dětmi o tom, jak bude den probíhat - snažte se používat konkrétní údaje o tom, kdy dítě z dětské skupiny vyzvednete, například po obědě nebo po svačině, místo neurčitých za chvíli či odpoledne. Důležité je také vždy dodržet to, co jste slíbili.

Rozlučte se krátce - rozloučit se s dítětem tak, aby vědělo, že odcházíte, je důležité. Snažte se loučení příliš neprodlužovat, čím déle se loučení protahuje, tím bývá pro dítě i rodiče náročnější.

Komunikujte s průvodci - svoje obavy a otázky si nenechávejte pro sebe, mluvte o nich s průvodci. Stejně tak se nebojte zeptat na to, jaký mělo vaše dítě v dětské skupině den.

Pobyt ve novém prostředí postupně prodlužujte - začněte například jen s dopolední docházkou a časem, pokud budete vnímat, že je na to dítě připravené, můžete prodlužovat čas, který u nás tráví.

Dejte dítěti plyšáka na spaní - k nám hračky nepatří, jedinou výjimku tvoří plyšák na spaní, dětem poskytuje pocit bezpečí a pomáhá jim překonat případný stesk a smutky při odpočinku.

Buďte důslední - dodržujte své sliby a stejně tak i to, na čem se s dítětem domluvíte. Pokud to není nezbytně nutné, snažte se z domluvy neustupovat. Může se stát, že dítě ráno po příchodu do nového prostředí znejistí a z domluvy například o tom, jak dlouho ten den u nás zůstane, bude chtít vycouvat.

Buďte citliví a trpěliví - naslouchejte dítěti, mluvte s ním a netlačte ho do věcí, na které ještě není připravené. Pokud vám dítě nevypráví o svém dnu, dopřejte mu čas se rozpovídat, pouze mu naznačte, že by vás zajímalo, jak se během dne mělo.

Používejte stejné rituály - snažte se ráno dítě přivést ve stejný čas. Vytvořte si společné rituály, které dítěti pobyt v dětské skupině usnadní. Domluvte se například, že vám každé ráno zamává z terasy, pokud mu to pomůže s raním loučením.